第一图书网, tushu007.com

<<你不可不知的100种简易疗法>>

图书基本信息

书名：<<你不可不知的100种简易疗法>>

13位ISBN编号：9787534566202

10位ISBN编号：7534566207

出版时间：1970-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：金小晶 编

页数：198

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

据科学家们说，宇宙是从一个奇点上产生的。
宇宙在产生的第一秒钟有了引力和支配物理学的其他力。
一分钟之后它的直径有了1600亿千米，温度高达100亿摄氏度。
三分钟后，98%的目前存在或将会存在的物质形成了。
我们有了一个美妙无比的空间，有了我们在其中生活和嬉笑的家园。
多么了不起的恩典！
在这个浩繁的宇宙中，获得生命是一种奇迹。
双倍的奇迹是，我们不仅存在，我们还能欣赏到这种存在，我们甚至可以用自己的大脑和双手让存在变得更加美好。
每天，每时，我们的身边都在发生着激动人心的事，勇敢和令人称奇的事，这是生命自身的寻求和革命一为了我们在宇宙中存活得长久和壮美。
生命有很多秘密。
同样，围绕在生命周围的，关于生理，关于心理，关于衣食住行，关于日月星辰和花开花落，也有无数的奥妙和诀窍。
对于这些秘密、奥妙和诀窍，有些我们已经知道，有些我们并不知道，还有更多的，我们以为自己知道，而其实一知半解。
需要去把一切都弄得明明白白吗？
需要的吧。
存在既然是了不起的恩典，我们干吗不享受得更加充分、更加完美？
更何况，享受和改变的成本并不昂贵一只要有针对性地阅读，有选择地去做。
这套由江苏科学技术出版社精心策划的《百味》丛书，陆续分辑出版与人们生活、成长密切相关的种种知识和有趣话题，每册涉及一个主题，以问答形式和亲切的话语、活泼的版面，讲述与生命伴生而来的种种快乐和烦恼、种种酸甜与苦辣，讲述我们存在其中的世界的丰富与多彩。

内容概要

100对消化病的简易疗法，是经过临床验证行之有效的方法，是战胜疾病的法宝。

书籍目录

腹痛1．汤药疗法2．丸散疗法3．艾灸疗法4．食物疗法5．刮痧疗法腹泻6．药膳疗法7．按摩配合艾灸疗法8．足疗法9．刮痧配合叩刺疗法10．推拿疗法反流性食管炎11．汤药疗法12．药散疗法13．药粥疗法14．饮食疗法15．药茶疗法16．涂擦疗法17．穴位疗法食管癌18．汤药疗法19．丸药疗法20．药酒疗法21．药散疗法22．饮食疗法胃炎23．饮食疗法24．穴位疗法25．推拿按摩疗法26．外敷疗法27．药茶疗法28．汤药疗法消化性溃疡29．食物疗法30．丸散疗法31．经络疗法32．艾灸疗法33．按摩疗法胃癌34．汤药疗法35．敷脐疗法36．体针疗法37．饮食疗法复发性口腔溃疡38．汤药疗法39．饮食疗法40．穴位敷贴疗法41．代茶疗法42．针灸疗法43．含漱与外治疗法溃疡性结肠炎44．饮食疗法45．汤药疗法46．丸散疗法47．艾灸疗法48．灌肠疗法肠癌49．汤药疗法50．灌肠疗法51．饮食疗法52．药散疗法神经性厌食53．汤药疗法54．药膳、饮食疗法肠易激综台征55．汤药疗法56．丸散疗法57．药粥疗法58．天灸疗法59．穴位综合疗法60．心理疗法便秘61．汤药疗法62．药茶和药膳疗法63．第二掌骨侧全息针治疗法64．敷脐疗法65．按摩配合运动疗法66．耳压配合走罐疗法67．朝夕疗法脂肪肝68．药茶疗法69．食物疗法70．耳针疗法71．穴位按摩疗法肝硬化72．食物疗法73．药茶疗法74．药粥疗法75．按摩疗法76．音乐疗法功能性消化不良77．汤药疗法78．丸散疗法79．食物疗法80．经络疗法81．艾灸疗法幔性胆囊炎82．经络疗法83．汤药疗法84．药茶疗法85．食物疗法11．能性呕吐86．汤药疗法87．丸散疗法88．药粥疗法89．姜汁、药酒疗法90．敷贴疗法91．穴位按摩疗法(小儿呕吐)口腔异味92．药茶疗法93．食物疗法94．汤药疗法95．“清脏腑火”食疗法96．穴敷疗法97．蔬菜疗法98．瓜果疗法99．偏方疗法100．中药嚼服法

章节摘录

插图：本疗法有宣通气血、发汗解表、疏筋活络、调理脾胃等功效，而五脏之俞穴皆分布于背部，刮治后可使脏腑秽浊之气通达于外，促使周身气血流畅，逐邪外出。
根据现代医学分析，本疗法首先是作用于神经系统，借助神经末梢的传导以加强人体的防御机能。
其次可作用于循环系统，使血液回流加快，循环增强；淋巴液的循环加快；新陈代谢旺盛。
据研究证明，本疗法还有明显的退热镇痛作用。
准备原料：①木鱼石刮痧板或牛角刮痧板。
②瓷碗、瓷酒盅、瓷汤匙、嫩竹片、玻璃棍、铜钱、小蚌壳等，选取边缘光滑而没有破损的即可。
③头发：取长头发，揉成一团，蘸香油使用。
另准备小碗或酒盅一只，盛少许植物油或清水。
治疗体位：取侧卧或俯卧位，或伏坐于椅背上，以患者舒适为度。
露他一手：施术者用右手拿取操作工具，蘸植物油或清水后，先从第七颈椎起，沿着督脉由上而下刮至第五腰椎，然后从第一胸椎旁开沿肋间向外侧轻轻斜刮，反复刮动，逐渐加重。
刮时要沿同一方向，力量要均匀，采用腕力，一般刮10～20次，以出现紫红色斑点或斑块为度。
留个心眼：①刮痧治疗时应注意保暖，刮痧后30分钟内忌洗凉水澡。
②前一次刮痧部位的痧斑未退之前，不宜在原处再次刮拭出痧。
再次刮痧时间需间隔3～6天，以皮肤上痧退为标准。
③刮痧出痧后最好饮一杯温开水（最好为淡糖盐水），并休息15－20分钟。

编辑推荐

《你不可不知的100种简易疗法:消化病(第2辑.畅销特惠版)》：百味丛书

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com